

吹田市情報発信プラザ「Inforest すいた」 Suita City Information Plaza

「Inforest すいた」には「情報が森のようにたくさん集まる場所、訪れた人がゆっくりと過ごせる場所」という想いが込められています。ガンバ大阪や大学、鉄道、大阪万博など、趣向を凝らした展示フェアを随時開催。吹田市の多彩な魅力を発信しています。



吹田市情報発信プラザ

「Inforest すいた」

吹田市千里万博公園 2-1

ららぽーとEXPOCITY 1階 店舗番号10541

(グリーンサイドエントランスより直進奥左)

開館時間 10:00~21:00

年中無休(年に1回、メンテナンスのため不定期で休館)

電話 06-6170-1014 FAX 06-6170-1019

すいたんグッズ、太陽の塔グッズなど、吹田ならではのお土産がいっぱい！



すいたんマスコット
ガンバユニフォームバージョン(大)
(1,800円)



すいたんマスコット(小)
普段着バージョン
(700円)



iphoneケース
(3,240円)



350分の1太陽の塔
(3,980円)



モノレールメラミンカップ
(540円)



吹田くわい焼酎芽吹
(2,200円)

※すべて税込価格です。

吹田の情報が盛りだくさん！吹田にまつわる多彩な企画展を開催。



吹田観光のガイドは「吹田まち案内人」にお任せください！

「吹田まち案内人」は、吹田のまち歩き案内を引き受けるボランティアガイド組織です。5~10人の団体によるまち歩きに、ボランティア案内人1名を派遣します。案内人1名につき、交通費相当の1,000円を申し受けております。(ただし、食事時間をはさんだ場合は1,500円となります。)



吹田まち案内人

瓢風 正男 さん

ひさかぜ

特定非営利活動法人 吹田歴史文化まちづくり協会事務局 電話 06-4860-9731 FAX 06-4860-9725

発行：吹田市都市魅力部シティプロモーション推進室 〒564-8550 吹田市泉町1丁目3番40号 TEL.06-6384-2145 <http://www.city.suita.osaka.jp>
企画・編集・制作：一般社団法人 吹田にぎわい観光協会 〒565-0826 吹田市千里万博公園2-1 1階-10541 Inforestすいた内 TEL.06-4864-2560 <https://www.suita-kankou.jp>
※本誌掲載の写真・イラスト及び記事の無断転載を禁じます。※本誌の情報は、2019年3月時点のものです。発行後変更される場合がございますので、ご了承ください。

SUITA本 Walk



特集

北大阪健康医療都市(健都)

健都レールサイド公園

健都レールサイド公園

Kento rail side park

健康への楽しい第一歩♪ 吹田の新健康増進スポット！

JR吹田駅～JR岸辺駅の間にオープンした健都レールサイド公園。「健康・医療」をキーワードに多世代が集い、交流できる場として、健康への「気づき」「楽しみ」「学び」をコンセプトに、2018年に誕生しました。JR吹田駅から、JR岸辺駅から、歩いて行ける！楽しめる！さあ健康的な毎日、はじめませんか。



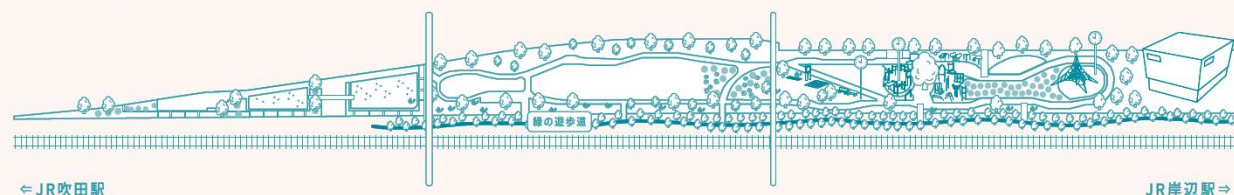
土の広場



みどりの広場



健康増進広場



← JR吹田駅

JR岸辺駅 →

土の広場

Earth's square

イロハモミジ、ハナミズキ、ツツジなどが植栽され、子どもが楽しめる遊具を配置した広場とボール遊びなど多目的に利用できる土のグラウンドを整備した広場です。



子どもにうれしい遊具がいっぱい♪



昔ながらのくみ上げポンプで、水遊び！



鉄道のまちならではの、機関車の遊具。

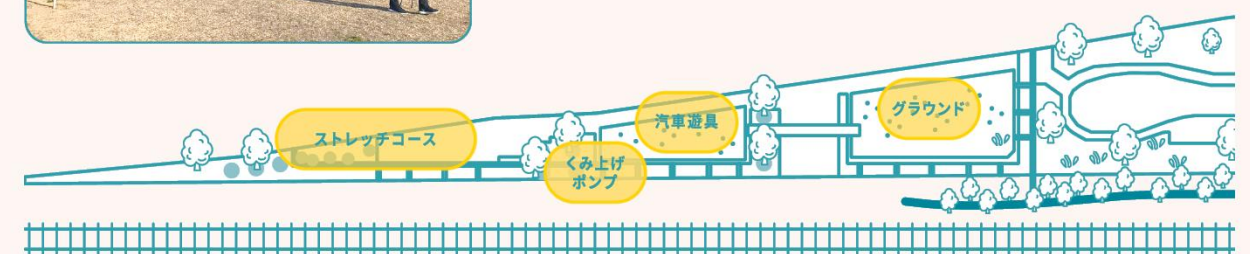


小さなお子さん向けの遊具も設置。



健康に関するいろんなイベントを開催。

「医療イノベーションと新しいライフスタイルで、健康寿命の延伸をリードするまち」健都を市内外に広く発信するため、多くの人々がにぎわうイベントを開催しています。



みどりの広場

Green square

防災機能を兼ね備えた芝生の広場です。耐震性貯水槽のほか、災害時にトイレやかまどとして利用できるさまざまな機能を整備しています。

気持ちいいみどりの広場が、災害時には頼もしい防災基地になる！



いざという時は“かまど”に。

もしもの時も安心！



災害時は、防災シェルターに早変わり。

避難所生活に、すこしでも快適を！



なんと地下には、約10,000人の3日分の水が貯蔵されています。

災害時、水の確保が重要です！



注意！

突然やってくる災害に備えて、
食料・飲料・生活必需品などを
家庭でも備蓄しておきましょう。

撮影スポットを見逃すな！！

鉄道のまち吹田ならではのスポットが、“みどりの広場”にはあります。それは電車の運転手の乗り換えポイント！鉄道ファンにはたまらないスポットです。



緑の遊歩道

防災
シェルター

かまど
ベンチ

貯水槽

トイレ

健康増進広場

Health promotion square

国立循環器病研究センターと市立吹田市民病院が協力・監修し、その医学的知見を生かしたウォーキングコースや27基の健康遊具を設置しています。自分にあった健康遊具を試してみてください。

子どもも大人も、楽しく健康に。

いろんな健康遊具を活用して、自分のペースで楽しみながら健康的な毎日をはじめましょう。



位置について、よいードーン！



多彩な健康遊具がいっぱい！



カラダを動かすって、楽しい♪



ウォーキングにも最適！



自分のペースで、健康に！



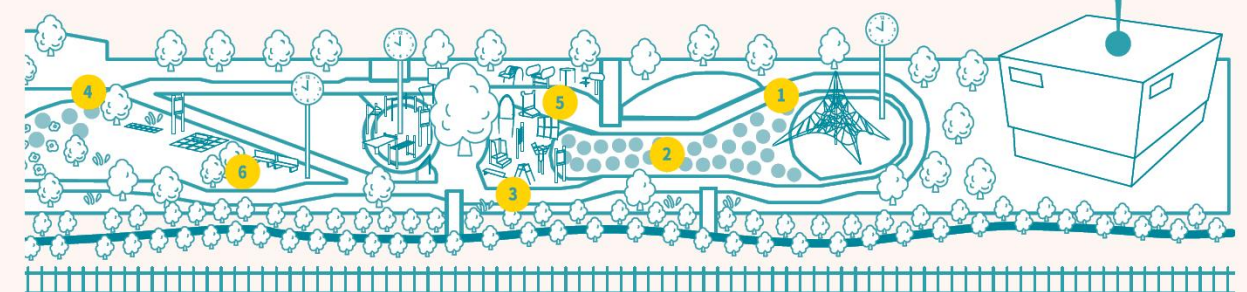
痛みをこらえて、いざ健康へ！



春には、7種の桜が咲き誇ります！

健都ライブラリー
2020年オープン予定

健康への「気づき」「楽しみ」「学び」をコンセプトに、健康、医療、スポーツの専門図書コーナー、健康チェックコーナー、多目的ルームを設置。0系新幹線も展示予定です。



「メディカルウォーキングコース」

Medical walking course

国立循環器病研究センター



市立吹田市民病院

自分のペースで、歩いて、楽しんで、さあ健康へ。

国立循環器病研究センターと市立吹田市民病院が協力・監修している“メディカルウォーキングコース”。年齢や体力に応じて、楽しく歩けるコースがいろいろあるので、無理せず自分にあったウォーキングが楽しめます。ウォーキングは適切な方法で長期間続けることで、循環器病の予防につながります。



アップダウン！ 体力向上コース

1周：約420m 運動負荷：高

スロープだけでなく階段の上り下りもある、体力向上を意識したコースです。自分の体力にあわせて楽しみましょう。コース上の赤色のマーカーにそって歩きましょう。

はじめよう！ 健康維持コース

1周：約200m 運動負荷：中

スロープによるアップダウン1か所を含むコースです。スロープをさけ、平坦な道のみ歩くこともできます。コース上の青色のマーカーにそって歩きましょう。コース脇には、足つぼ器具や、けんけんマットもあります。

ぐるっと！ パークコース

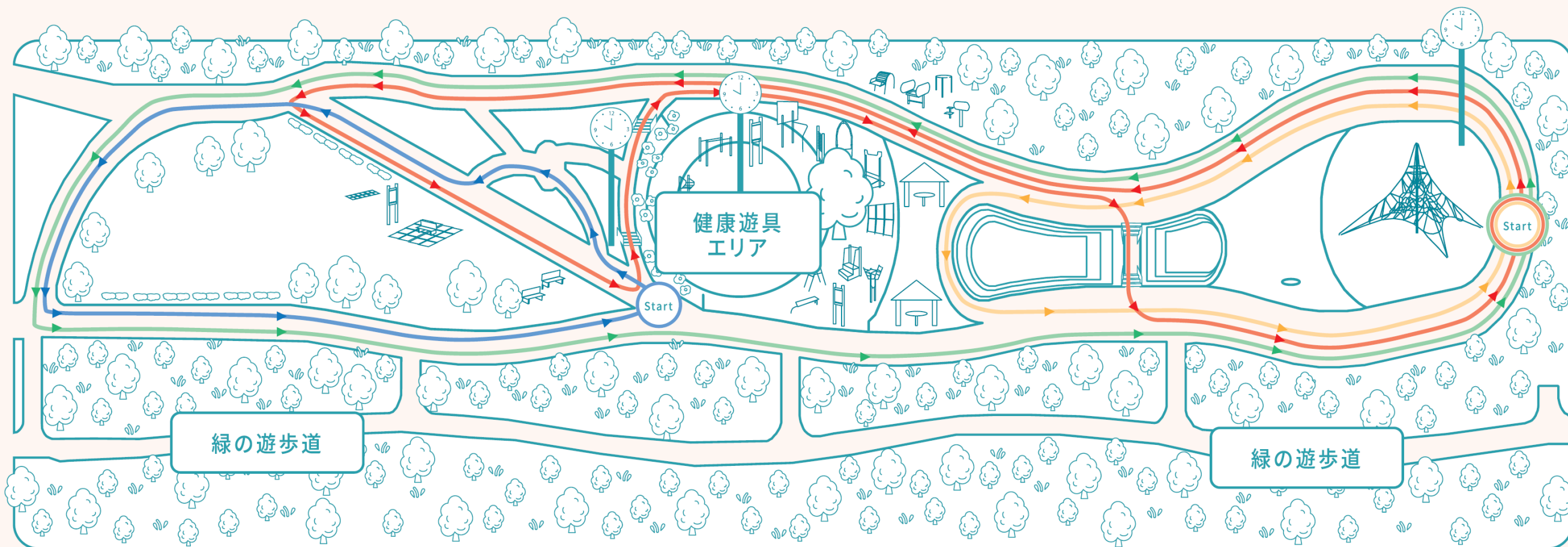
1周：約490m 運動負荷：低

みどりの広場から健康増進広場まで、緑豊かな公園の外周を回るコースです。コース上の緑色のマーカーにそって歩きましょう。

ゆったり！ マイペースコース

1周：約200m 運動負荷：低

路面が青色(地図上の黄色)のコースです。ゆっくり自分のペースで歩きたい人向けです。車椅子利用者や体力に自信のない人も利用されますので、周囲をよく見ながら歩きましょう。



歩いて、運動したあとは、カラダに、 おいしいごはんをどうぞ♪ *Healthy & Delicious*

吹田には「美味しい♪」はもちろん、健康にもこだわったメニューが食べられるお店がいっぱい！
今回は、健都レールサイド公園を中心に、その一部をご紹介します。

美味しい×ヘルシー！カラダも喜ぶメニューがいっぱい！



ヘルシーフィールド キッチンKENTO

国立循環器病研究センターが認定した「かるしお認定食」をはじめ、彩り豊かな野菜をたっぷり使ったメニューなど、ヘルシーをテーマにしたさまざまな料理が楽しめます。

吹田市岸部新町 5-45-2F
電話 06-6310-1649 営業時間 11:00～21:00
不定休(ピエラ岸辺健都に準じる)

「かるしお」とは？ …… 国立循環器病研究センターが推奨する、「塩を軽く使って美味しさを引き出す」減塩の新しい考え方。



香草かおる ローストビーフ
1,200円(税込)



おだしでしっかり 鯖のおろし煮
1,200円(税込)



彩り鮮やか 鮭と野菜のミルフィーユ焼き
1,200円(税込)

※メニュー内容につきましては、変更する場合があります。



いくつになっても楽しめる。やさしい吉野家はじまりました！



牛丼(やわらかタイプ)
白米で提供 430円(税込) おかゆで提供 480円(税込)

吉野家

高齢者も食べやすい「吉野家のやさしいごはん®」が、全国に先駆けて吹田に登場。「やわらかタイプ」と「きざみタイプ」とそれぞれ2種類・食塩相当量は 0.9gと、カラダにもやさしいメニューです。

吹田市岸部新町 5-45-1F
電話 06-6318-6400 営業時間 24 時間
不定休(ピエラ岸辺健都に準じる)



牛丼(きざみタイプ)
白米で提供 430円(税込)
おかゆで提供 480円(税込)



豚丼(やわらかタイプ)
白米で提供 400円(税込)
おかゆで提供 450円(税込)



豚丼(きざみタイプ)
白米で提供 400円(税込)
おかゆで提供 450円(税込)



うなぎの蒲焼き
白米で提供 840円(税込)
おかゆで提供 890円(税込)

毎日通いたくなる、カラダにココロに美味しいカフェ。



ミリカ × タニタカフェ

健康総合企業のタニタが提案する「楽しさ」「心地よさ」といった「こころの健康づくり」につながるエッセンスをふんだんに採り入れた新しいスタイルのコンセプトカフェです。

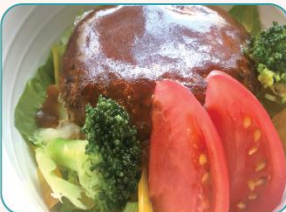
吹田市千里丘北1番24 ミリカ・テラス クラブハウス内
電話 06-7501-9898 営業時間【平日】11:00～17:00(ラストオーダー16:30)
【土日祝】モーニング 8:00～10:00(ラストオーダー9:30)、ランチ11:00～15:00(ラストオーダー14:30) 火曜・水曜定休 休日の他に住民向けイベント等で休業する場合があります。ご来店の際は店舗までお問い合わせください。
※専用駐車場はありません。



栄養たっぷりの新食感、噛むスムージー「カムジー」600円(税別)



見た目もかわいい
お子様メニュー 650円(税別)



タニタ 食物繊維に特化した
バーグBOUL 800円(税別)



一日分の野菜たっぷりカレー
700円(税別)

JR岸辺駅 - JR吹田駅周辺の *Healthy & Delicious* いち押しこだわりグルメを召し上がれ！

健都レールサイド公園からほど近い、JR岸辺駅とJR吹田駅周辺にある、美味しいと評判のお店をご紹介します。
普段使いに、大切な記念日に、一度訪れてみてはいかがでしょうか。

こだわりの炭焼き料理の数々。絶品ツムラ本店の河内鴨は、必食です！



炭.style

22年間日本料理と居酒屋で研鑽し、2018年満を持して岸辺にオープン。臭みがなく、油の甘さ、肉の旨みに惚れ込んだ、河内鴨メニューが絶品。炭火であぶった親子丼や茶葉ごと飲むウーロンハイや抹茶ハイなどもおすすめです。

吹田市岸部南1丁目 25-14
電話 06-7183-0377 営業時間 18:00～23:30 日曜定休(気分次第で営業)



鴨の概念を変えてくれる旨み！
河内鴨のたたき 850円(税別)



炭の香りが食欲をそそる！
炭火あぶりの親子丼 680円(税別)



お茶本来の旨みが味わえる！
抹茶ハイ 380円(税別)



「つくれるものは自分でつくる！」
と語ってくれた店主の松元さん

行列のできる絶品ローストビーフ丼が、岸部に上陸。



カリフォルニア ダイニング GOODIE GOODIE

アメリカ村「CAMELDINER」の系列店。5種類のタレ、5種類のサイズから選べるローストビーフ丼がおすすめ！夜もマスターの楽しい話やお酒、多国籍な料理が楽しめます。

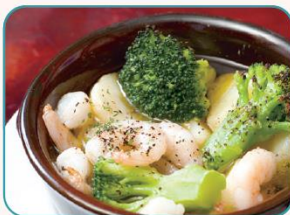
吹田市岸部南1丁目 24-10
電話 06-6319-0810 営業時間 ランチタイム11:00～14:00(土・日・祝休)
ディナータイム18:00～翌1:00(LO 24:00) 年中無休



肉とタレのマリージュ！
絶品ローストビーフ丼 810円～(税別)



お酒と一緒に召し上がれ！
メキシカンコス 680円(税別)



こちらもお酒との相性抜群！小エビと
ブロッコリーのアビージョ 680円(税別)



CDデビューもしている奥井マスター

地元の素材にこだわったヘルシーフレンチに、ココロもカラダも満たされる。



レストランサンズーシ

伝統的なフレンチを現代的にヘルシーにアレンジした料理が人気のフレンチレストラン。地元吹田の野菜を使って健康で楽しくをモットーに、料理教室などを通じて、地域活性にも貢献されています。写真の料理はコーヒーとデザートが付いて3,000円(税別)コース

吹田市高浜町 9-2 中央ビル1F
電話 06-6383-5525 営業時間 ランチ11:30～14:00 ディナー18:00～22:30(LO 21:30) 日曜定休



やさしい味がほっとする
カブラのスープ



蟹やオマール海老が豪華な
前菜盛り合わせ



メインディッシュは
仏産マダレ鴨のロティ



料理で地域活性を目指す
オーナーシェフの山崎さん

旬の食材が織りなす、ここでしか味わえないご馳走の数々。



旬屋 じょう崎

吹田産をはじめとする大阪の食材、野菜は有機栽培を中心に、美味しく、カラダにやさしい料理を提供する日本料理店。吹田くわいを使った料理の開発など、地元を愛し、素材にこだわりつくした料理の数々をご堪能ください。

吹田市元町 6-3
電話 06-6319-6559 営業時間 ランチ12:00～14:00 ディナー18:00～22:00 月曜定休



ランチ人気No.1の豪華セット
吹田御膳 2,000円(税別)



赤飯とくわいで、とってもめでたい味！
吹田くわい饅頭 700円(税別)



肉本来の旨みが味わえる
能勢牛のステーキ 1,500円(税別)



こだわり抜いた料理を生み出す
店主の城崎さん



すいたんのおへや in SUITA本

Suitan's room

ボクの名前はすいたん。吹田市名産の伝統野菜「吹田くわい」がモチーフの吹田市のイメージキャラクターだよ。



名前	すいたん (SUITAN)
性別	男の子
誕生日	10月15日
身長	毎日伸びてます!
体重	吹田くわい70個分
性格	とても元気!
趣味	スポーツ観戦(ガンバ大阪観戦)
はまっていること	ツイッター、市内のイベントめぐり
夢	水泳で200メートル泳げるようになりたい



晴れのときだけ、すいたんが現れる!?

JR岸辺駅につながる通路に、晴れの日だけ隠れすいたんが出現するよ! ヒントは写真! みんなも探してみてね♪



吹田市のイメージキャラクターとして、いろんなことやってるよ!



すいたんのおへや
<http://www.city.suita.osaka.jp/home/suitan.html>



すいたん Twitter @suitan1015
<https://twitter.com/suitan1015>



すいたん Facebook
<https://www.facebook.com/suitan1015/>



#すいたんチャレンジ

ボクがいろんなことにチャレンジする動画をSNSで公開しているよ。
これまでバスケットボールやすいか割りにトライしてきたんだ! これからも応援よろしくね。



吹田市公式インスタグラム (suitablecity)
<https://www.instagram.com/suitablecity/>



#すいたんといっしょ

ボクのマスコットと一緒に撮影した写真にこのハッシュタグをつけて投稿してね。
素敵な写真は公式アカウントで紹介するよ!



ガンバ大阪応援

吹田市にホームスタジアムがあるガンバ大阪を応援しているんだ! ユニフォームを着て、サポーターのみんなとPanasonic Stadium Suitaでエールを送っているよ。一緒に応援してね。
GO!GO!GAMBA!!



すいたん号

ジャージャー! このカッコイイ車は「すいたん号」だよ。イベントで展示したり、職員さんのお出かけで使われているよ! 車体のどこかに、幸せの四葉のクローバーが隠れているので展示している時に探してみてね。見つければ、ラッキーなことがあるかも!?

みんなが知ってるあの企業！吹田なら、美味しく楽しく、学べます！

吹田の企業を楽しもう！

The proud company of Suita city

「キレイ」と「おいしい」が楽しみながら学べる。

ダスキンミュージアム

「キレイ」と「おいしい」をテーマに、会社やお掃除の歴史からお掃除のコツまで学べる「おそうじ館」と、ミスタードーナツのおいしさや歴史が楽しめる「ミスドミュージアム」の2つのスペースを展開。なかでも、ドーナツ作りが体験できる「ミスドキッチン」は大人気。自分でつくった熱々できたてのドーナツが味わえます。

ドーナツ作り体験♪ 人気キャラが描かれたキッチンでドーナツ作りが体験できる！

※予約が困難なため、こまめにWEBサイトをチェックしてください。



START



①生地をのばして、
型抜きでドーナツ型に！



②発酵させて、
フライヤーへ！



③揚げるのは、スタッフが
担当。どんどんふくらむ
ドーナツ！



④きれいに揚げたドーナツに
グレースをかけた後完成♪



⑤できたては温かくて
フワフワ！体験を修了する
とドーナツシェフ認定カード
がもらえる！



GOAL



ドーナツボールに
デコレーションできる
ドーナツボール
トッピング体験

¥200 / 1回



おそうじ館

シアターアトラクション「ダスキンダストバスターズ」や日本の掃除文化の歴史を展示。



ミスドミュージアム

おいしさへのこだわりやグッズ、店舗デザインなど、ミスタードーナツの歴史を楽しく展示。

施設・工場見学DATA

【施設・見学DATA】吹田市芳野町5-32 見学可能人数1人～ / 所要時間 約60分 / 受付時間10:00～16:00(最終入館15:30) / 入館料 無料 / 年齢制限なし (ドーナツ手作り体験は未就学児の参加不可。小学1～3年生は中学生以上の同伴) / 定休日 月曜(祝日の場合は翌平日)、年末年始 / 地下鉄御堂筋線江坂駅より徒歩10分 / 駐車場なし / 電話06-6821-5000 (電話受付10:00～16:00※休業日を除く) WEBサイト<https://www.duskin-museum.jp> ※ドーナツ手作り体験は、有料・Webサイトから要予約。(価格は変わる可能性があります。)

ビールづくりを見学したら、日本が！吹田が！誇る、キレイ味さえる辛口の生ビールで乾杯しよう！

アサヒビール吹田工場

アサヒビール発祥の地である吹田工場で楽しめる、工場見学！世界に誇る「アサヒスーパードライ」の製造工程を見学したり、歴史を知ったり、見どころ満載。見学ツアーのあとは、できたてのおいしいビールを試飲できます。もちろんお子様には、ジュースもあるので、家族みんなで楽しめます。



スタートホール

創業当時の写真などを展示。
120年前のビールづくりを知ることができる。



ろ過室～びん詰・缶詰行程熟成したビールから酵母などを取り除き、できあがったビールを瓶や缶につめていく。



工場見学後、できたてのビールの試飲で乾杯！

試飲できるビール

 アサヒ スーパードライ	 アサヒ スーパードライ ブラック	 アサヒ スーパードライ プレミアム
--	---	--

サラリとした口当たりとシャープなごし。切れ味が冴える辛口ビール。

黒ビールながら、北米産ホップの使用率を高めた爽快感が魅力。

希少な厳選ホップで華やかな香りを国産ゴールデン麦芽で深いコクを実現。

※銘柄が変わる場合があります。

施設・工場見学DATA

吹田市西の庄町1-45 駐車場あり(事前要予約) ※車・バイク・自転車を運転の上、ご来場される方はビールの試飲不可(ソフトドリンクをご用意)
見学可能人数2人～ / 所要時間 約90分 / 受付時間9:30～15:00 / 参加費 無料 / 年齢制限なし / 定休日 年末年始・指定休日
予約方法 電話06-6388-1943(受付時間9:00～17:00※休業日を除く) WEBサイト<https://www.asahibeer.co.jp/brewery/suita>
※見学希望の前日正午までインターネット予約が可能。それ以降は電話でお問い合わせください。

国内外の人気ブランドやセレクトショップ大注目のスニーカーブランド

buddy



表紙を飾っているスタイリッシュなスニーカーをご存じでしょうか。江坂にある株式会社アリックの「buddy」というスニーカーブランドのものです。数年前に有名ブランドの目に止まり、今や国内外の人気ブランドやセレクトショップ大注目のスニーカーブランドに。世界で活躍する吹田の企業です。



表紙のスニーカー「Bull Terrier Low」どんなスタイルにもあわせやすいスニーカーです。



トートバッグは、江坂オフィスに併設する「FACTORY SUPPLY」で 素材や持ち手の長さ、文字入れなど、オリジナルバッグが作れます。

SHOP DATA

吹田市豊津町12-34 TEL: 06-6388-1350

[buddy Web shop] www.buddyhappy.com

